

Согласовано:

Директор

(подпись)

Дата: . . .



Детский дневной меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 19.11.2023г.
Осенне-зимний сезон.

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Дать в (Средн)										Витамины и минеральные вещества			
					Пищевая ценность													
					Ккал	Белок	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак	173	Какао молочный с маслом	155(150/5)	17,46	218,12	6,33	7,15	31,86	0,14	0,07	0,04	0,16	100,18	152,66	40,8	3,07		
	182	Какао с маслом	200	13,2	143	1,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	11	0,98		
	3	Бисквит с сыром (40/15)	51	13	54	3,45	3,58	0	0,03	0,17	0,06	0,13	230	125	8,75	0,25		
		Итого завтрак	416	43,66	415,12	11,57	13,93	57,67	0,19	2,44	0,12	0,3	445,3	394,86	60,55	2,3		
Завтрак 2																		
		Облава свежая	100	13,3	42	0,4	0,3	9,3	0,02	5	0		19	16	12	2,3		
Обед	67	Винегрет овощной	60	5	74,6	0,8	0,06	6,11	0,03	7,77	0,13	2,72	15,39	24,65	11,12	0,46		
		Суп картофельный с макаронами	200	15	97,56	3,25	2,31	16,73	0,09	17,28	0,36	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	234	Жюльен рыбный с соусом	100	28,15	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4		
	312	Пюре картофельное	150	13,4	178,58	4,43	8,2	19,75	0,14	5,19	0,17	0,29	50,38	110,31	37	1,32		
	349	Компот из сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
		Хлеб бородинский	80	2,28	73,5	2,04	0,39	12,21	0,02	0	0	0	5,15	14,22	4,23	0,15		
		Хлеб пшеничный	80	2,28	73,4	2,28	0,34	14,58	0,03	0	0	0	6	19,5	4,2	0,31		
		Итого	770	73,11	740,45	19,56	22,12	110,51	0,37	30,86	0,59	6,79	142,14	325,35	88,03	3,72		
Полдник																		
		Воздушный	200	25	91,19	5,04	4,5	19,8	0,05	1,8	36	0	212,4	172,8	28,8	0		
	376	Булочка дрожжевая	70	9,7	253,33	4,61	9,68	36,59	0,08	0	0	0	8,36	0,38	5,77	0,38		
		Итого полдник	270	34,7	344,5	9,65	14,18	56,39	0,13	1,8	36	0	220,76	173,18	34,57	0,38		